

# あいあい通信



Matsuda Hospital

AIAT-TSUSHIN  
2017.6 Vol. 65

## 院長のひとこと メッセージ

理事長・院長 松田 聡



梅雨入りし  
たはずなのに  
なかなか雨が降  
らないなあ、と  
思っていた矢先  
6/21に大雨

になりました。大雨にもかかわらず多くの患者様にご受診いただきありがとうございます。お怪我等なかつたでしょうか？待合では携帯電話の警報アラームが鳴り響いていましたね。梅雨入り後「肛門周囲膿瘍」という肛門周囲に膿が溜まる病気で受診される方が増えた印象があります。確かに蒸し蒸し、ジメジメ、暑くなってくるとうばい菌が増殖しそうな気はしますよね。実は気になって以前この病気の受診者数と天気の関係を調査したことがあります。すると見事に：関係ありませんでした。：。肛門の病気はやはり、外的要因より食事、生活習慣、仕事内容、ストレス等いわば「生き方」と多く関わっているようです。この春、当院は新たに2名のベテラン医師を迎え、万全の態勢で診療に当たらせていただいております。今後はこのあいあい通信で少しずつスタッフの紹介もしていきたいと思っておりますのでよろしくお願いたします。

### 第5回 松田病院健康講座のお知らせ

## おしりからみた 大腸がん



2017 7/2 日

参加無料  
定員50名

午前10:00～12:00

- 講師 院長・松田 聡
- 場所 松田病院
- 申込方法 電話、FAX、メールもしくは院内備え付けの専用紙にてお申し込み下さい。  
(事前登録制・先着順)  
TEL:053-448-5121  
FAX:053-448-9753  
メール:kenko@matsuda-hp.or.jp
- 後援 中日新聞東海本社、静岡新聞社・静岡放送

**当**院の特徴は大腸肛門の専門病院であり、年間約1,300件と多くの肛門手術を施行していることです。肛門は小さいけれど高性能ですごいヤツ。いろいろなことを教えてくれます。痔の症状で来院されたら実は大腸がんだったということも…。肛門から見上げた大腸疾患という新しい視点で大腸がんに迫りたいと思います。



健康はままつ21推進協力団体として、市民の健康づくりに取り組んでいます。



5月9日の中日新聞、東京新聞の「紙上診察室」のコーナーに院長が登場しました。今後もメディアや講演会などで情報発信していきたいと思えます。



もっと知ってほしい

# 大腸がんのこと

2016 in

# 浜松

第2回

前号でもお伝えしたように2016年11月6日、アクトシティ浜松コンgresセンターにおいて、「もっと知ってほしい大腸がんのこと2016 in 浜松」と題し、松田病院30周年記念市民公開講座を開催いたしました。

今回はこの時の講演の中から新井賢一郎医長の「大腸がんの薬物療法」についてのお話を紹介します。

## 大腸がんの薬物療法

(抗がん剤、分子標的薬)



新井賢一郎 医長

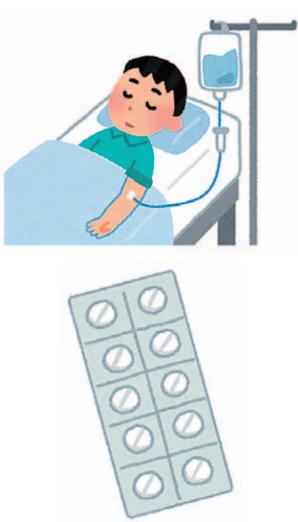
Kenichiro Arai

薬物療法と聞くと、「なんだかよくわからないな」と思われる方が多いかもしれません。お薬を使ってがんの治療をしましょうということなのですが、**化学療法**とか**抗がん剤**といった表現もあり、これらはどれもほぼ同じ意味であると思っていただければよいかと思えます。点滴での治療もありますし、内服薬の場合もあります。または点滴と内服薬を組み合わせて行う場合もあつたりします。大腸がんの治療の基本となるのは、内視鏡的治療（大腸カメラで切除）や、手術による切除ということとなります。薬物療法は？というと、これらの治療の手助けといった位置づけになってきます。しかし薬物療法には良い点があります。それは、お薬ですので身体全体に行き渡るため、例えば肝臓や肺などに転移をしまったような時でも効果があるという点です。また、目には見えないよ

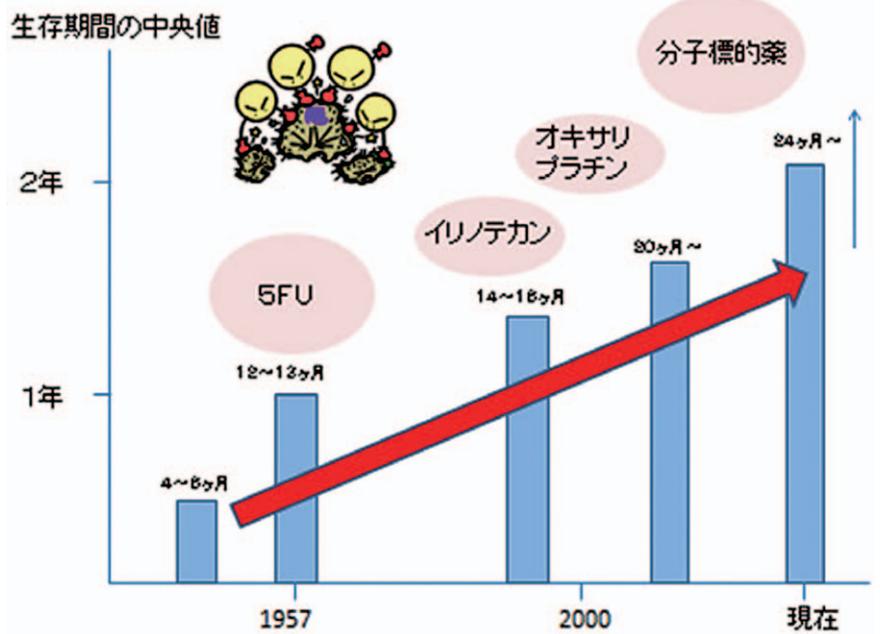
うな小さながんに対しても効き目があるということも優れた部分ということになります。ただし欠点もあります。正常の細胞や臓器にまで影響が出てしまう副作用があるという点です。そして残念ながら大腸がんにおいては薬物療法だけではすべてのがんをなくすということは不可能なのが現実です。さて、大腸がんの治療において薬物療法の出番はいつになるのでしょうか？一つ目は手術を行う前に薬物療法を行い、小さくしてから手術を行うといった「**術前化学療法**」というものがあります。二つ目としては、手術後に再発を予防する目的で半年間の期限付きで行うことがあり、これを「**術後補助化学療法**」といいます。目に見えている範囲としては手術によってしっかりとがんを切除しているが、がん細胞のレベルで残っているかもしれない

い？すでに目には見えないような小さながんが転移しているかもしれない？といったものに対して行うことがあるのです。三つ目は、転移や再発を避けた場合や手術では取ることができないようなものに対して行う「**切除不能進行再発大腸がんに対する化学療法**」というものがありません。こちらに関しては可能な限りお薬の治療を継続していくということになります。がんの進行をなるべく抑えるためであったり、痛みや苦痛などを少しでも和らげるということが目的になります。

大腸がんを使用するお薬にはたくさん種類があります。代表的なものとしては「**5-FU系抗がん剤**」というものや、「**イリノテカン**」「**オキサリプラチン**」といったものがあります。さらに最近では分子標的薬といって、分子のレベルでがんを攻撃してがんが増殖していくことを抑えるようなお薬もでてきました。「**ベバシズマブ**」「**セツキシマブ**」「**パニツプマブ**」といったものが代表的なものになります。大腸がんの治療の場合には、どれか一つだけを使用するというよりは少なく、これらのお薬をいくつか組み合わせ使用することが多いです。「**FOLFOX療法**」「**Capecitabine療法**」



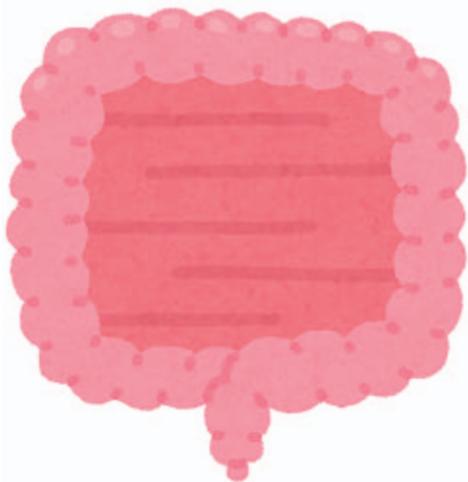
### 薬物療法の進歩により生存期間が延長



といった投与方法があります。これらに分子標的薬をプラスして行うことでさらに効果が見込めるようになってきました。

最近の進歩は目覚ましく、薬物療法がなかった時代には平均的な生存期間は4~6ヶ月程度と言われていましたが、最近では2年以上といわれるようになってきました。お薬との相性が良ければ、3年、4年、5年、それ以上、お元気で生活されている方も大勢いらっしゃいます。今後も新たなお薬の開発が期待される所です。

副作用について少しお話しします。ご自身で分かるものとしては、「吐き気」や「食欲低下」「だるさ」といったものが一般的ですが、お薬の種類によっては「皮膚障害」という手足がひび割れたり、発疹がでる、皮膚の変色などといった症状がでることがあります。また「末梢神経障害」という手足のしびれ感が出たり、「脱毛」がみられる場合もあります。検査をしてみないと分からない副作用としては、白血球や赤血球、血小板などが少なくなってしまう「骨髄抑制」というものなどが主なところになります。ただし、大腸がんに対しておこなう薬物療法の場合は、他のがんに対する薬物療法よりも比較的副作用は軽いことが多いです。薬物療法は主役にこそなれませんが、上手に使用すれば大変有効な治療方法の一つです。



受診された方から感想文をお寄せいただきました

# 腸内フローラ相談室を受診して

## ① 腸内フローラ相談室を受診した理由

仕事や人間関係で大きなストレスを抱えていた20代前半は、ひどい便秘と胃の痛みに悩まされていた。今思えば不調は胃腸だけにとどまらず、いつも身体のどこかしらを気にしていたように思う。

現在は、ほぼ毎日お通じがあり、食べ過ぎることさえなければ胃の調子も良い。以前に比べると風邪もひきにくく、あんなに頑固だった冷えや肩こりも気にならなくなってきた。意識や生活習慣が年齢とともに改善されたことがその大きな理由なのだろうか？

近年、健康と腸内の環境が深く関係していることがテレビなどで話題になっている。最大の免疫器官で第2の脳とも言われる腸。「腸活」はこの先もずっと続くだろう私自身のテーマでもある。そんな折に相談室が開設されたことをお聞きし、「まずは今の状態を知ることから！」と即受診を決めた。

## ② 受検した検査内容

私が受検した腸内細菌叢検査さいきんそうでは、100種類以上ともいわれる腸内細菌の多様性や主要細菌の割合を知ることができる。また、腸内細菌を分析することにより、太りやすさや女性ホルモン様作用を持つスーパーバイソフラボンスーパーバイソフラボンが体内で作られているかどうかなども知ることができるのだ。実に興味深い検査である。昔に比べて改善したとはいえ結果を知る怖さもあったのだが、どうせなら1つでも多くのヒントを得て「腸活」に活かしていこうと考えた。

## ③ 検査結果についての感想

現在の自覚症状からある程度予想はしていたものの、思った以上にビフィズス菌や乳酸菌などの善玉菌が少なかつたのはショックだった。川上先生より「毎食後の排便」が理想的だとお聞きしたが、1週間以上の便秘は当たり前だった

20代、それが日に1度となれば上出来だと思っていた。考えてみれば回数のことだけでなく、便の色・形・臭い、まだまだ気になることはある。どうやら、腸内環境の改善というのはそんなに単純なものではないらしい。

もう1つ気になっていたエクオール産生菌は、私の腸内にもしっかりと存在していることがわかった。このエクオール産生菌の活性を高めれば、もっともっとたくさんスーパーバイソフラボンスーパーバイソフラボンが作られるということ！有効活用できるかどうかは自分次第なのである。

検査結果はどの項目も興味深い内容ではあったが、腸内環境が人それぞれであるのに対し、結果はややざっくりとしているような印象を受けた。一般的な対策方法だけでなく、個々の腸内環境に対応した改善方法が示されると、より具体的に取り組みやすいのではと思った。



ユニ株式会社 山静事務所  
前田 恵子 さん

#### ④ 検査結果を生かし今の生活に役立っていることやその効果

自分なりに食事・運動・ストレス解消とすべてに気をつけているつもりでしたが、現状満足では何も変わらない。まずは毎日の食事を見直していくことから始めた。

改めて**食事日記**をつけてみると、自分ではしっかり摂っていたつもりのお食物繊維が足りなかったり、極めて摂取バランスの悪い食品があったりすることがよくわかる。改善点はいくつも見つかった。食事に限らず、自分で感じる「気をつけているつもり」には実際多くの落とし穴があり、今回はそれを振り返るよい機会となった。



腸内環境の改善を図るために今意識している食のキーワードは、「**乳酸菌**」「**発酵食品**」「**食物繊維**」「**オリゴ糖**」「**大豆食品**」などなど。これらの食品を毎日の食事で取り入れるようにしている。そして、定期的な運動や十分な睡眠、ストレス解消法でリラックスを図り、毎日を楽しく過ごすよう心がけている。良いも悪いもたった数日で大きくバランスが変わってしまう腸内細菌だからこそ、一時の思いつきではなく長く無理なく続けられるこ

とを生活に取り入れたいと思っている。

検査の報告を受けて3カ月、お通じの回数が増え残便感を感じなくなったなど「快腸」に少し近づいたような気がする。そういえば今年の冬は風邪をひかず、花粉症の症状もほとんど出なかった。静電気体質が改善し肌の乾燥も例年に比べて少ない。「善玉菌が増えてきたおかげ」かどうかはわからないが、そうであればいいと思う。

#### ⑤ 他の方への検査の勧め

最大の免疫器官であり、第2の脳ともいわれる偉大な腸。特に健康や美容に関心を持たれる方には、ぜひ自分の腸内環境にも関心を持つていただきたいと思う。「腸活」の効果は単に便秘を解消するだけではなく、血行促進や免疫力の向上、基礎代謝のアップ、美肌効果、うつの予防など多岐にわたっている。心身の不調が起こると表面的なことだけに目を向けがちだが、改めて「健康には腸内環境の状態も密接に関係している」ことを忘れてはいけないと思う。

私の「腸活」はまだまだ現在進行形である。「改善したつもり」で満足するのではなく、改めて客観的なデータから腸内環境の改善を確認していきたいと思っている。

# 腸内フローラ

# 相談室

**相談日** 毎週木曜日 14:00～16:00  
(予約制です)

**担当** 副院長  
川上和彦

**相談室利用料金** (税別)

\* 2回来院していただきます

\* 保険外診療です

初回 (初診時)・・・1,000円+

検査キット代 (17,000円など)

2回目 (検査結果説明)・・・2,000円

\* 当院では現在、腸内フローラ相談室の他にも、当院で過敏性腸症候群 (IBS) 治療の方を対象に、腸内フローラ検査を無料で受けられる臨床研究も行っています。お気軽にお問い合わせください。



# 医師紹介

松永 篤志 先生



## ① 出身地

幼少時代には浜松労災病院のあたりに住んでいたこともありましたが、幼稚園から高校までは豊橋市で育ち、実家は豊橋市にあります。父親が浜松駅前のメディカルパークビルで松永内科クリニックという診療所を開業していることもあり、浜松は非常に愛着のある地域です。

## ② 血液型・星座

B型、おとめ座です。読者の方の誰か一人でも興味をもってくれたら幸せですね。

## ③ 医師になった動機、当院へ来た動機など

医者になれと言われたことはありませんが、父親の姿を見て大変そうだけどやりがいがありそうだという事はずっと感じており、その影響があると思います。

多くある診療科の中で外科を選んだ理由は、昔からメリハリのある働き方をしたいと思っており、そういう意味で手術ができる科、そしてさらに全身管理を要求される科ということで消化器外科を選択しました。大学の医局で大腸班に属して学会活動などをしていくうちに、松田病院というすばらしい病院が浜松にあるということをよく耳にすることがあり、運命めいたものを感じてい

## ④ 趣味、ストレス解消法

ました。数々の転勤を経て、大腸疾患はある程度経験したつもりではありますが、肛門疾患については専門性が高く非常に奥が深い領域であり、さらなる研鑽をつむため、自らの強い希望でこのたび働かせていただくことになりました。

中学から大学まで12年間剣道をやっておりましたが、医者になってからはやっておられません。年とともに脂肪が落ちなくなってきたり、身体を動かさないとまずいということは十分にわかっております。こういうところはかっこつけて「剣道」とか記載すると聞こえもよく、たまに職場の人に誘われることがあるのですが、今やつらら必ずアキレス腱を切るのどうか誘わないでください。小3になる息子と佐鳴湖周辺を走るなど、できるだけ身体を動かしていこうと思います。

## ⑤ 浜松の印象

浜松はいろいろなとおもしろいものがあり、浜名湖周辺をドライブして食事すると幸せな気持ちになります。ただし、5月の祭りに参加しないと周辺住民からいじめられるというような噂も聞くのでそこらへんにびびっています。

## ⑥ 読者へのメッセージ

全国に病院は多くあれど、この病院でしかできないことというのが数多くあり、病に苦しんでいる患者さんにとって松田病院はいわば「最後の砦」なのだと思います。だからこそ、このスタッフは全員が患者さんに優しく接しており、そのような病院で働かせていただけることを幸せに思っております。早く尊敬する先輩方に近づけるようにがんばってまいりますのでよろしく願っています。

## 浜名湖花フェスタにて [健康づくりブース]



5月21日(日) フラワーパークで行われた浜名湖花フェスタに、「健康づくりブース」を出展しました。身体測定や血圧測定、骨密度測定にハンドマッサージ、健康相談に大腸がん検診の受付などを無料で実施しました。当日は初夏の陽気で暑中たくさんの方にお立ち寄りいただき、健康への意識の高さを感じました。特に2分程度でかんたん測定できる骨密度測定が好評でした。花フェスタは遠方からご来場された方も多く、当院を知っていただく良い機会となりました。今後もイベントなどでのブースの出展や講演を行うべく予定中です。

### 〈今後の予定〉

7月29日(土)

★雄踏町健康フェスティバル

健康づくりブース出展、講演

11月12日(日)

★井伊直虎ゆかりの地めぐり健康ウォーキング

健康づくりブース出展

## 編集後記

広報委員会 渡部真一

5月15日(月)夜8時からテレビ東京系の「主治医がみつかる診療所」にて川上和彦副院長による「腸内フローラ相談室」が紹介されました。静岡県内はほぼ映らないため、ご覧になった方は少ないと思いますが、放送後に遠方からのお問い合わせをいただきました。心の高さを感しました。

## 診療のご案内

●患者さんへお願い● 月1回、必ず保険証の提示をお願いいたします。

### ■ご来院の際には事前に予約をお取り下さい

◇ご予約はお電話でも承ります。◇受診当日のご予約も可能な限り承ります。外来診療は予約の方を優先させていただきます。予約のない方はお待ちいただく時間が長くなる場合があります。 ※急患の方はこの限りではありません。

|         | 受付時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 胃腸・肛門外科 | 8:30~11:30  | ● | ● | ● | ● | ● |   |
|         | 8:30~12:00  |   |   |   |   |   | ● |
|         | 14:00~16:00 | ● | ● | ● | ● | ● |   |

| その他の診療科       | 受付時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|-------------|---|---|---|---|---|---|
| IBD(炎症性腸疾患)外来 | 8:30~11:30  |   |   |   | ● |   | ● |
| ヘルニア外来        |             |   | ● |   |   |   | ● |
| 排便機能外来        |             |   |   |   |   |   | ● |
| 内科相談          |             |   |   | ● |   |   |   |
| ストーマ外来        |             |   |   | ● | ● | ● | ● |
| 女性専門外来        | 9:00~11:30  |   |   |   |   | ● |   |
| 血管外来          | 14:00~15:30 |   |   |   | ● |   |   |

泌尿器科相談は2016年12月を以て終了しました。



特定医療法人 松田病院  
社団 松愛会

〒432-8061 浜松市西区入野町753番地  
TEL.053-448-5121(代) FAX.053-448-9753

JR=浜松駅下車 タクシーで10分 高塚駅下車 タクシーで5分  
バス=浜松駅バスターミナル5番ポール(宇布見、山崎行)乗車  
西郵便局または東彦尾下車 徒歩5分 駐車場 180台

E-mail cra@matsuda-hp.or.jp  
ホームページ https://www.matsuda-hp.or.jp

(発行/松田病院広報委員会)